

# きゅうりチャンプルー

きゅうりをさっぱり炒め物に



## 材料(4人分)

きゅうり	……	5本
しめじ	……	1パック
厚揚げ	……	1枚
しょうが薄切り	……	3枚
ごま油	……	大さじ1
酒	……	大さじ2
塩	……	少々

## 作り方

- 1 きゅうりは乱切りにする。しょうがはみじん切りにする。
- 2 しめじは石づきをとり、小房にわける。
- 3 厚揚げは熱湯で油ぬきをして、1cm幅くらいに切る。
- 4 フライパンにごま油としょうがを入れて熱し、いい香りがしてきたら、きゅうりを入れて炒める。
- 5 きゅうりの皮が鮮やかな緑色になったら、しめじ、厚揚げを加え、炒め合わせる。
- 6 酒を加え、一混ぜして、塩少々で調味する。